**FACULDADE DE COMUNICAÇÃO TECNOLOGIA E TURISMO DE OLINDA**

**NÚCLEO DE SAÚDE**

**BACHARELADO EM NUTRIÇÃO**

**JULIANA FERREIRA DE LIMA SILVA**

**EVELLYN KELLY DA SILVA**

**AMANDA THALYTA LEITE DA SILVA**

**ALANNA LORENA SANTOS DE OLIVEIRA**

**AVALIAÇÃO DE DIVERSOS FATORES RELACIONADOS À ALIMENTAÇÃO INFANTIL EM UMA CRECHE DE REDE PÚBLICA MUNICIPAL NO CENTRO DE ITAPISSUMA-PE.**

**Olinda-PE**

**2018**

**RESUMO**

Os cuidados na alimentação de uma criança são essenciais, pois é nessa fase que seu organismo está em constante desenvolvimento e crescimento, podendo a prática frequente de uma inadequada alimentação desencadear carências nutricionais. A partir desse momento, o papel da família e dos educadores do pré-escolar assume particular importância na formação de hábitos e preferências alimentares saudáveis, oferecendo aprendizagem formal a respeito de uma alimentação adequada.

Objetivo: Este trabalho tem como objetivo obter informações relacionadas a alimentenção de uma creche da rede pública no município de Itapissuma-PE, visando seus possíveis benefícios nutricionais, qualidade, condições de higiene durante a preparação dos alimentos e como a creche atua na formação dos bons hábitos alimentares das crianças.

Metodologia: O tema abordado foram retirados de uma revisão bibliográfica multidisciplinar, abordando aspectos dietéticos, qualidade nutricional e higiênicos, acerca da merenda infantil.

Resultados: A creche recebe cerca de 120 crianças de dois aos cinco anos de idade de forma integral, o cardápio ofertado as crianças eram elaborados por uma nutricionista, além disso, era exclusivo, pensado nas crianças com restrições alimentares. As condições de medidas higiênicas das merendeiras e boas práticas na cozinha eram reforçadas pela nutricionista, para garantir um alimento seguro e livre de contaminantes, não foi permitida a realização da avaliação nutricional nas crianças por ordem da própria creche.

Conclusão: Ao longo deste trabalho foi possível observar a importância da alimentação saudável no âmbito escolar/creche, onde contribuirá para prevenção de doenças nutricionais, bom funcionamento do corpo da criança, seu desenvolvimento, crescimento e ótimo rendimento escolar.

**Palavras-chave:** Pré-escolar. Alimento. Crianças. Hábito Alimentar.

SÚMARIO

[**INTRODUÇÃO 4**](#_Toc499635082)

[**DESENVOLVIMENTO 6**](#_Toc499635083)

[**CONSIDERAÇÕES FINAIS 15**](#_Toc499635084)

[**REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS 16**](#_Toc499635085)

[**ANEXOS 18**](#_Toc499635086)

# INTRODUÇÃO

 É na idade pré-escolar que se estabelecem as bases do aprendizado. Diante disso, o incentivo da prática alimentar e nutricional submetidas as crianças no pré-escolar tem como foco principal de criar comportamentos positivos em vista dos alimentos, assim encorajando a uma maior aceitação da necessidade de uma alimentação correta e balanceada, onde irá promover o entendimento da importância de hábitos saudáveis refletindo no estado de saúde da criança (OLIVEIRA; SAMPAIO; COSTA, 2014; apud NUNES; BRENDA, 2005).

 Esta pesquisa mostra-se relevante para a sociedade pelas suas informações obtidas sobre a alimentação saudável, que resulta em um adequado comportamento alimentar, com o objetivo de suprir as demandas nutricionais a níveis fisiológicos, metabólicos e comportamentais que são indispensáveis para a sobrevivência e saúde do indivíduo, contribuindo para o equilíbrio da temperatura corporal, fluxo sanguíneo, crescimento, desenvolvimento, manutenção dos tecidos e todas as funções vitais (AGUIAR; AGUIAR; GUEDES, 2013).

 Pois o ser humano ao longo da sua vida passa por várias fases, em que inclui mudanças e particularidades nas suas necessidades nutricionais (MARTINS; BASÍLIO; SILVA, 2014). E é nos primeiros anos de vida que a alimentação é introduzida e estabelecida, refletindo nas práticas alimentares e no estado de saúde e nutrição da criança, a partir dessa fase que a creche tem extrema importância na intervenção de usar o ambiente escolar para conduzir a alimentação das crianças, na tentativa de proporcionar uma vida mais saudável construindo um hábito alimentar adequado (BORTOLINI; GUBERT; SANTOS, 2012).

Mas as escolhas alimentares dos pais também refletem na escolha nutricional da criança, podendo determinar seu comportamento alimentar, por isso os pais também possuem papel importante na formação do hábito alimentar de seus filhos. A ingestão de alimentos fornecidos para a criança está relacionada ao seu estado de saúde atual e consequentemente nos anos futuros. Pois o consumo excessivo de produtos de alto valor energético tem refletido no estado nutricional infantil, acarretando doenças como obesidade, hipertensão, diabetes e o baixo consumo de alimentos com um teor de nutrientes essenciais ocasionam uma carência nutricional (MELO et al., 2017).

Do ponto de vista acadêmico, este estudo visa no aprimoramento de nossos conhecimentos sobre a importância de uma alimentação saudável durante o período pré-escolar e sua relação com o estado nutricional infantil, obtendo informações de modo geral sobre os fatores que influenciam de forma negativa e positiva na alimentação das crianças.

Em vista disso, esta pesquisa tem como objetivo geral, analisar ospossíveis benefícios nutricionais obtidos através da alimentação fornecida na creche, onde irá atuar na saúde e qualidade de vida da criança. De forma específica busca-se apresentar os objetivos específicos: Observar o planejamento qualitativo e a distribuição de nutrientes fornecidos no cardápio da criança; compreender como ocorre a distribuição desses nutrientes à nível fisiológico; métodos usados na higienização dos alimentos; procedimentos visando as boas práticas dos manipuladores e ambiente; índice de crianças com restrição de algum alimento; alimentação exclusiva para crianças com patologia; técnicas usadas para o preparo dos alimentos; análise de desperdício na cozinha; avaliação do estado nutricional das crianças segundo a literatura.

Assim, este estudo coloca como problemática a falta de recursos financeiros para a compra dos materiais básicos para higienização dos alimentos e equipamentos para a refrigeração adequada dos alimentos, também a ausência de estrutura apropriada do ambiente de preparo é outro ponto a se preocupar, afetando a segurança e qualidade da merenda fornecida.

# DESENVOLVIMENTO

A creche Mãe Bela foi o lugar da nossa visita técnica, no qual se localiza na Rua Elano Marques da Silva, S/N - Centro, Itapissuma - PE, 53700-000, em que fomos recebidos pela diretora da escola, Rose Amorim e ao longo da visita realizamos uma conversa a respeito da cozinha, higiene e manipulação dos alimentos com as merendeiras pertencentes ao local.

A alimentação, especialmente nos primeiros anos de vida, é o princípio decisivo do estado de saúde da criança. Diante disso, é fundamental o adequado conhecimento atual com relação a questão, pois a infância é uma fase extremamente importante para determinar hábitos e práticas alimentares saudáveis. Crianças que não têm disponibilidade a uma dieta balanceada e que favoreça o seu crescimento, podem apresentar uma limitação intelectual, pois seu rendimento e capacidade de aprendizado é influenciada pela distribuição de nutrientes fornecido na sua alimentação (ISOSAK et al., 2012).

Nessa situação, mostra-se relevante a importância de uma merenda escolar saudável, considerando a escola como um ambiente de convivência e aprendizado de novas experiências alimentares. A medida que a criança começa a frequentar novos ambientes, como a creche, se inicia uma socialização, onde surgirão novas influências alimentares, sejam elas boas ou ruins (OLIVEIRA; SAMPAIO; COSTA, 2014).

Segundo Oliveira, Sampaio e Costa (2014) é durante o período pré-escolar que as crianças formulam suas preferências alimentares, pois acaba tendo preferência por alimentos de que gosta, descartando da dieta aqueles que não lhe agradam. Resultando em um consumo alimentar inadequado, no qual contribuirá negativamente para saúde de ambos.

O estilo de vida, a seleção dos alimentos, a quantidade e frequência com que são ingeridos e os fatores nutricionais, mostraram-se variáveis no atual quadro da obesidade infantil.

De acordo com Cunha (2014):

A obesidade infantil é um sério problema de saúde pública que vem aumentando em todas as camadas sociais da população brasileira. Preveni-la significa diminuir, de forma racional e barata, a incidência de doenças crônico-degenerativas, como o diabetes e as doenças cardiovasculares, e um grande palco para a realização deste trabalho é a escola, que pode possibilitar a educação nutricional, juntamente com a família (Cunha, 2014 apud S.C., Halpern 2003).

É diante tal situação, que os pais juntamente com os educadores terão papel importante de contribuir para modular as preferências alimentares das crianças. Evidencia-se que, em média, as crianças ingerem de 25 a 33% das calorias diárias no ambiente escolar, entre a merenda e lanche, desde o início da aula até término da mesma (AMORIM, 2014). O reflexo dos pais e familiares é um fator que contribui para obesidade das crianças, já que em sua maioria apresentam um ambiente alimentar deficiente em nutrientes, seguido pelo alto consumo de industrializados.

Em concordância com Linhares et al. (2016):

A influência dos pais sobre os hábitos alimentares dos filhos representa-se como fator preponderante para o surgimento da obesidade infantil. Hábitos alimentares inadequados praticados pelos pais podem não somente interferir na qualidade de vida dos filhos na infância como também na fase adulta (Linhares et al., 2016).

E a fim de contribuir na redução da obesidade, A Creche Mãe Bela adota medidas utilizando estratégias que incentiva a criança a uma alimentação adequada, partilhando de uma merenda equilibrada em nutrientes e orientações e campanhas alimentares tanto para as crianças como para os pais. Perante a visita técnica, as merendeiras da creche abordaram que o cardápio fornecido as crianças são elaborados por uma nutricionista, visando o equilíbrio, a proporção e a distribuição desses nutrientes oferecido a criança.

A creche recebe cerca de 120 crianças de três aos cinco anos de idade de forma integral, fornecendo cinco refeições no dia (café da manhã, lanche, almoço, lanche e janta). A cada semana o cardápio é adaptado pela nutricionista, oferecendo as crianças diversas fontes alimentares que seja benéfica ao seu organismo. Qualquer alimento que não seja da creche é proibido, ou seja, as crianças só se alimentam através do cardápio fornecido pela creche. Em vista disso, evita que eles consumam maior quantidade de alimentos industrializados e processados, e com isso a nutricionista poderá ter um maior e melhor controle do planejamento e distribuição dos nutrientes que as crianças iram consumir ao longo do seu dia.

Segundo Basaglia, Marques e Benatti (2015), o planejamento alimentar e a distribuição dos nutrientes deverão seguir etapas:

A merenda escolar deve ser planejada, desde a seleção de gêneros, quantidades necessárias e valor nutritivo até o preparo e distribuição. Cada etapa precisa ser cuidadosamente desenvolvida a fim de que os alunos possam receber uma alimentação de qualidade. A mesma deve refletir em uma boa aceitação e ser saudável, colorida, variada, balanceada, equilibrada e saborosa (Basaglia; Marques; Benatti, 2015).

Para facilitar as escolhas na hora do planejamento alimentar infantil, podemos dividir os alimentos em três grandes grupos: ricos em proteínas (construtores), ricos em carboidratos e gorduras (energéticos), e ricos em vitaminas e minerais (reguladores) (VILARTA et al., 2007).

Segundo Vilarta et al. (2007) As proteínas são a matéria-prima para a síntese proteica. Por isso são essenciais no processo de crescimento e desenvolvimento da criança. O consumo desse nutriente deve ser diário, em quantidades adequadas para suprir as necessidades fisiológicas da criança, se caso a ingestão for baixa a criança pode apresentar retardo mental e perda de peso, mas se a ingestão for excessiva pode ser prejudicar à saúde, sobrecarregando rins e fígado da criança.

Os carboidratos e as gorduras são os nutrientes que fornecem energia. Os carboidratos por sua vez, é considerado o combustível energético para o organismo, principalmente para o cérebro e sistema nervoso central, além de ser responsável pela economia das proteínas. É a partir desse nutriente que a criança terá energia para exercer suas atividades cotidianas (correr, pensar, brincar) e ter melhor rendimento no aprendizado.

Já as gorduras, vai ser responsável por manter os órgãos corporais e nervos em posição e proteger contra lesões traumáticas e choques. As melhores fontes de gordura são os ácidos graxos poli-insaturados, também conhecidos como “amigos do coração”, que proporcionam uma boa função sanguínea e auxiliam a combater inflamações. Em excesso os carboidratos e as gorduras podem provocar obesidade, diabetes e problemas cardíacos na criança.

As vitaminas e os minerais são conhecidos como micronutrientes, são compostos orgânicos necessários, que estão em pequenas quantidades nos alimentos, porém tem uma funcionalidade importante no bom desempenho do organismo. Se a criança ingere uma baixa quantidade de vitaminas e minerais ela pode adquirir uma síndrome de deficiência específica pela sua ausência ou insuficiência. Consequentemente ela corre o risco de crescer menos, sentir-se mais cansada, ter mais preguiça e, principalmente, ficar mais sensível a doenças, em especial as contagiosas (VILARTA et al., 2007).

Além de conter os nutrientes essenciais para o desenvolvimento da criança, o cardápio deverá ser bem elaborado e pensado nas crianças que contém alguma restrição a certos tipos de alimentos, ou seja, o planejamento alimentar deverá ser totalmente exclusivo, visando o bem-estar da criança e a saúde.

Algumas pessoas precisam de restrições alimentares e de certa atenção em relação a alimentação, para que não se tenha nenhum comprometimento na saúde do indivíduo. Essas restrições alimentares devem ser encaradas como uma alimentação especial, diferenciada, na qual a alimentação normal apresenta algumas modificações em sua característica, atendendo as necessidades do indivíduo (Manual de Orientações sobre Restrições Alimentares, Campinas, 2016).

Durante a visita foi observado um aviso disponível na cozinha, com os nomes das crianças com restrições e os alimentos que elas não podem consumir (anexo 1). Foi informado que 4 crianças apresentam restrições alimentares, 1 criança apresenta alergia a salsicha e 3 crianças apresentam alergia ao abacaxi.

Como relatado por Teixeira e Saron (2013, apud Parisi et al.,2006):

Existem pacientes que apresentam alergias alimentares específicas a certos tipos de alimentos, como por exemplo a banana, kiwi, castanha, damasco, nozes, avelãs, amendoim, uva, abacaxi, pêssego, cerejas, batatas e mamão. Sendo que a ingestão destes alimentos pode causar reações de alergia ao látex em 50% dos pacientes. E salienta também que a contaminação de alimentos através do uso de luvas de látex para preparação pode causar anafilaxia após ingestão do alimento que foi manipulado

É de extrema importância que sejam tomados alguns cuidados em relação a higiene e manipulação dos alimentos, para que não haja contaminação, sendo prejudicial. Essa contaminação pode acontecer através dos equipamentos, utensílios e superfícies higienizadas inadequadamente, pode ser também de ingredientes mal armazenados e utilizados na preparação e das condições higiênicas dos manipuladores (Manual de Orientações sobre Restrições Alimentares, Campinas, 2016).

É importante ressaltar, que de acordo com as informações obtidas pelos funcionários e pelo o que foi observado, que em um lugar específico da cozinha, se encontra um informativo, no qual orienta os funcionários de como realizar uma lavagem adequada das tábuas e hortifrútis.

Visando sempre a preocupação e cuidado específico que eles têm com as crianças que apresentam restrições aos alimentos, tendo que ser evitados na hora do preparo, sendo manipulados longe dos demais alimentos e sob responsabilidade de todos os funcionários, na qual recebem orientação sobre as restrições de cada criança e como lidar com ela, visando os cuidados que são necessários, de acordo com cada criança.

Por isso,todo cuidado é importante na hora de manipular os alimentos. É de tamanha eficácia a implantação de medidas de higiene e boas práticas na cozinha, obtendo um alimento seguro e livre de contaminantes que poderá causar danos à saúde da criança.

 A Higiene dos alimentos é o ramo da nutrição, em que estuda e realiza aplicação de práticas apropriadas na conservação e preparação dos alimentos, com o intuito de realizar a destruição, a redução ou inibição do desenvolvimento de microrganismos que são prejudiciais ao organismo humano, garantindo a qualidade dos alimentos e a saúde do consumidor. Uma alimentação segura evita o aparecimento de doenças transmitidas por alimentos, com isso se tem uma diminuição nas perdas econômicas por alterações, deterioração e contaminação dos alimentos (MARTINS; BASÍLIO; SILVA, 2014).

 A contaminação se origina a partir do momento em que há presença de qualquer material estranho contidos nos alimentos, seja de forma proposital ou não durante a sua cadeia produtiva. Esses materiais quando presentes nos alimentos, podem acarretar danos à saúde do consumidor. Essa contaminação pode ser de origem química, física ou biológica (MARTINS; BASÍLIO; SILVA, 2014).

 Na contaminação química há presença de substância tóxicas nos alimentos, como inseticidas, agrotóxicos, produtos químicos como de limpeza, a contaminação física é caracterizada pela presença de partes ou totalidades de objetos estranhos, como vidros, pedras, madeiras, a contaminação biológica é caracterizada em visível ou invisível a olho nu. A visível pode ser observada em alimentos infestados de insetos ou parasitas, já a invisível que também pode ser chamada de microbiológica, ocorre por microrganismos, em que só poderá ser observado com o auxílio de um microscópio (MARTINS; BASÍLIO; SILVA, 2014).

 Diante disso, é importante ressaltar a importância de uma correta manipulação dos alimentos e a higiene dos manipuladores, para que se tenha um consumo adequado desses alimentos.

 Segundo a Coordenação de Vigilância em Saúde (COVISA) todos os funcionários precisam manter os bons hábitos de higiene, em bom estado de saúde e treinados continuamente as boas práticas de manipulação de alimentos, como tomar banho diariamente, lavar a cabeça com frequência, escovar os dentes a cada refeição, conservar unhas curtas, limpas e sem esmaltes, retirar adornos, usar uniformes limpos e conservados, utilizar papel toalha para secar as mãos. Também é necessária a utilização de uniformes limpos e que devem ser trocados diariamente, são eles: calça ou saia, camisa ou camiseta, avental, touca ou rede, sapato fechado, casaco de proteção para entrar em câmaras frias.

Em vista disso, foi informado durante a visita pelos funcionários, que esses materiais essenciais para os manipuladores, como toucas, avental, não são fornecidos regularmente, por falta de recursos financeiros, assim dificultando o trabalho dos funcionários e colocando em risco a saúde das crianças durante o consumo dos alimentos fornecidos. Mas foi observado que os funcionários estavam usando adornos, brincos, pulseiras, colares e também foi observado o uso de esmaltes nas unhas.

Além disso, visando as boas práticas, foi observado a localização do lixo, em que se encontrava localizado dentro da cozinha e em baixo da pia, em um recipiente exposto, sem pedal e sem tampa. Mas segundo a Coordenação de Vigilância em Saúde (COVISA), o lixo deve sempre permanecer fechado, com tampa e pedal, afastado das mesas, pias, utensílios e principalmente longe do local em que os alimentos são armazenados, para evitar uma contaminação cruzada.

A Coordenação de Vigilância em Saúde, também informa como deve ser o processo de armazenagem e higienização correta dos equipamentos, mesas e utensílios. Deve ser feita a retirada de sujidades e a lavagem deve ser realizada com água e sabão ou detergente, logo após enxaguar e efetuar uma desinfecção química, deixando o produto em contato com a superfície que será desinfectada, deixar secar naturalmente ou usar pano descartável.

Entretanto, os funcionários informaram que os utensílios, além de serem higienizados apenas com água e sabão, são armazenados em grandes baldes, como pratos e copos e as colheres são guardadas em recipientes com tampa.

Os funcionários também relataram como é realizada a distribuição e a higienização dos alimentos antes de serem consumidos pelas crianças. Eles relataram que a distribuição desses alimentos é realizada pela Secretaria de Agricultura e o IPA, eles fornecem feijão verde, verduras, macaxeiras, frutas, alimentos necessários para uma alimentação adequada.

A higienização das verduras e frutas são realizadas apenas com água sanitária ou vinagre, logo após as verduras são armazenadas na geladeira e alimentos como carnes e macaxeiras são guardadas em um freezer.

Diante disso, Segundo o Manual de Procedimentos das Boas Práticas para o Serviço de Alimentação e Nutrição Escolar (2014), o modo de pré-preparo e preparo dos alimentos é definido como uma fase na qual o alimento passa por modificações através da higienização, temperatura, cortes ou adição de outros ingredientes ou especiarias.

Sendo assim, esse processo deve ser:

Planejado e executado de forma a manter a qualidade nutritiva e higiênico-sanitária dos alimentos. Durante a preparação, devem ser adotadas medidas a fim de minimizar o risco de contaminação cruzada, ou seja, evitar o contato direto ou indireto entre alimentos crus, semipreparados e prontos para o consumo (Stefanello; Penido; Marques, 2014).

O procedimento de pré-preparo do alimento é indispensável para que o produto final esteja próprio para o consumo. Existem duas etapas que são fundamentais diante esse meio (CARDOSO; BERNARDON, 2007): O descongelamento e a higienização.

Para que o descongelamento seja realizado de forma segura e adequada, deve ser feito por meio de uma das seguintes opções: Feito em geladeira (12 a 24h), em forno micro-ondas ou em água fria corrente por 4h (nesse processo o alimento deverá estar bem embalado, evitando o contato direto com a água).

Para a higienização correta das frutas, verduras e legumes, devem ser realizadas as seguintes etapas:Lavar bem os alimentos: Lavagem em água corrente; Colocar em solução de água clorada por 15 minutos; Enxaguar em água corrente ou imergir em água por 2 minutos.

Perante a visita na creche, as merendeiras relataram que o procedimento realizado no descongelamento dos alimentos, principalmente as carnes, eram feitos na água, sem proteção alguma ao alimento (sem embalagem), e a higienização das frutas, verduras e legumes eram realizadas com uma solução clorada (cloro). Como relatado acima a respeito do descongelamento, a prática realizada pelas merendeiras está inadequada, resultando em perdas de nutrientes hidrossolúveis e alterando o valor nutritivo do alimento.

Segundo Galvão et al. (2012) diante o processo de preparo, é essencial o cozimento adequado para segurança do alimento, pois previne e evita a probabilidade de ter contaminação. As merendeiras deveram garantir que os alimentos alcancem alta temperatura quando cozidos (pelo menos 74°C).

Em concordância com a Resolução-RDC nº 216/2004:

 O alimento deve ser bem cozido, em altas temperaturas de forma que todas as partes do alimento atinjam no mínimo a temperatura de 70ºC. Deve-se cozinhar bem as carnes, pois temperaturas superiores a 70°C destroem os micróbios (ANVISA, 2004).

Se a técnica de preparo, a manipulação, higienização e cuidados a segurança do alimento estiver de maneira adequada, irá garantir uma merenda segura, nutritiva e livre de contaminantes para as crianças.

Todo alimento que foi para o prato da criança e não foram consumidos são denominado restos de alimentos, e não devem de maneira alguma ser reutilizados para outras preparações, pois podem trazer diferentes tipos de contaminações que causará danos à saúde e bem-estar da criança. Em virtude disso, as sobras também requerem todo cuidado na hora de reaproveitamento, por serem também uma grande fonte de contaminação.

Reaproveitar e recriar novas receitas a partir das sobras é fundamental para reduzir desperdícios de alimentos. As merendeiras relataram que sempre reaproveitavam as sobras da merenda para fazer novos pratos, como por exemplo as sobras do feijão que eram utilizados para fazer sopas, com isso os pais das crianças também poderiam levar a sopa para suas casas na hora da janta. Dessa forma é garantido o reaproveitamento dos alimentos e consequentemente auxiliando no estado nutricional das crianças.

A influência da nutrição na saúde do homem pode ser observada por meio da avaliação do estado nutricional (FONTES; MELLO; SAMPAIO, 2012; apud LACERDA et al., 2006), que tem por objetivo detectar problemas nutricionais, proporcionando uma interferência apropriada auxiliando na melhoria e manutenção da condição de saúde do indivíduo ou população. Em que consiste na aplicação de procedimentos e métodos diagnósticos (dados clínicos, bioquímicos, antropométricos, dietéticos, etc.) facilitando a avaliação dos fenômenos orgânicos, visando estabelecer maneiras de intervenção (FONTES; MELLO; SAMPAIO, 2012).

 A importância da avaliação nutricional é aceita tanto na fase primária, onde irá observar o desenvolvimento da criança e adolescente, quanto na identificação prévia de problemas nutricionais, seja obesidade ou desnutrição (FONTES; MELLO; SAMPAIO, 2012; apud Sociedade Brasileira De Pediatria, 2009).

 De acordo com Fontes, Mello e Sampaio (2012; apud Mello, 2002):

A avaliação do estado nutricional é uma condição fundamental no estudo da criança e do adolescente, sendo possível verificar/averiguar/investigar se o crescimento está se afastando do padrão adotado e esperado, seja por doença e/ou condições sociais desfavoráveis (Fontes; Mello; Sampaio, 2012, P. 15; Apud Mello, 2002).

 Durante a visita, não foi permitida a realização da avaliação nutricional nas crianças por ordem da própria creche, entretanto havia uma médica na creche em que disponibilizou alguns dados das crianças que se encontravam obesas ou desnutridas, diante disso constatou: quatro crianças desnutridas e três obesas, a própria médicaque realizava a pesagem das crianças e avaliava sua estatura de acordo com a idade das crianças.



Gráfico 1: Dados do percentual nutricional de crianças de 2 a 5 anos.

 Para realizar a Avaliação Nutricional de Crianças de 0 a 5 anos, usa-se 4 parâmetros (indicadores) antropométricos:Peso/Idade (P/I), Comprimento/Idade (C/I), Peso/Comprimento (P/C) e Índice de Massa Corporal/Idade (IMC/idade) (ROCHA, 2015; apud ARAÚJO; CAMPOS, 2008). Essas medidas como peso e comprimento, possibilitam um diagnóstico mais exato e preciso do quadro nutricional das crianças (ROCHA, 2015; apudDAMACENO; MARTINS; DEVINCENZI, 2009). São medidas físicas observadas e comparadas com os valores de referências expresso em tabelas e curvas da Organização Mundial da Saúde e pelo Ministério da Saúde para avaliar o estado nutricional infantil.

A utilização de indicadores antropométricos é também estimada como um meio para propor o risco de mortalidade infantil relacionado à carência alimentar, como também notar a obesidade infantil, que poderá contribuir para o surgimento das DCNT que está relacionado ao consumo excessivo dos alimentos que as crianças consomem ao longo do seu dia (ROCHA, 2015; apud MONTARROYOS; COSTA; FORTE, 2013).

# CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao longo deste trabalho foi possível observar a importância da alimentação saudável no âmbito escolar/creche, onde contribuirá para prevenção de doenças, bom funcionamento do corpo da criança, seu desenvolvimento, crescimento e ótimo rendimento escolar. Além disso nota-se a relevância de uma merenda escolar segura, livres de contaminantes e que seja adequada para o consumo das crianças.

Diante disso, a presença de um profissional de nutrição torna-se de interesse perante o ambiente escolar, já que é o principal guia diante o planejamento e distribuição da alimentação própria e exclusiva das crianças.

Portanto, é de extrema importância que nós futuros nutricionistas desempenhem o papel de contribuir na formação das escolhas alimentares das crianças juntamente com os pais, sejam a partir de orientações, programas ou medidas que auxiliem como bússola em busca de um perfil mais saudável e que vise o bem-estar e saúde infantil.

# REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANVISA. Constituição (2004). **Cartilha Sobre Boas Práticas Para Serviços de Alimentação**. 3. ed. Brasilia, Disponível em: <http://portal.anvisa.gov.br/documents/33916/389979/Cartilha+Boas+Práticas+para+Serviços+de+Alimentação/d8671f20-2dfc-4071-b516-d59598701af0>. Acesso em: 08 Ago. 2018.

BASAGLIA, Poliana; MARQUES, Ariane Stefane; BENATT, Luana. **ACEITAÇÃO DA MERENDA ESCOLAR ENTRE ALUNOS DA REDE ESTADUAL DE ENSINO DA CIDADE DE AMPARO-SP.**2015. 138 f. Monografia (Especialização) - Curso de Nutrição, Saúde em Foco, Unisepe, São Paulo, 2015. Cap. 128. Disponível em: <http://unifia.edu.br/revista\_eletronica/revistas/saude\_foco/artigos/ano2015/aceitacao\_merenda.pdf>. Acesso em: 05 Ago. 2018.

CARDOSO, Gabriela Tavares; BERNARDON, Renata. **Organização e operação de cozinhas escolares.**2007. 104 f. Tese (Doutorado) - Curso de Nutrição, Universidade de Brasília – Unb, Brasília, 2007. Cap. 5. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/profunc/14\_cozinhas.pdf>. Acesso em: 07 Ago. 2018.

CUNHA, Luana Francieli da. **A IMPORTÂNCIA DE UMA ALIMENTAÇÃO ADEQUADA NA EDUCAÇÃO INFANTIL.**2014. 29 f. Monografia (Especialização) - Curso de Ensino de Ciências, Diretoria de Pesquisa e Pós-graduação, Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Ibaiti, 2014. Cap. 19. Disponível em: <http://repositorio.roca.utfpr.edu.br/jspui/bitstream/1/3507/1/MD\_ENSCIE\_IV\_2014\_57.pdf>. Acesso em: 04 Ago. 2018.

FONTES, Gardênia Abreu Vieira; MELLO, Adriana Lima; SAMPAIO, Lilian Ramos. **MANUAL DE AVALIAÇÃO NUTRICIONAL E NECESSIDADE ENERGÉTICA DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES**. 2012. 15 f. Salvador, Ufba. Disponível em: <https://repositorio.ufba.br/ri/bitstream/ri/16778/1/manual-de-avaliacao-nutricional-e-necessidade-energetica.pdf>. Acesso em: 10 Ago. 2018.

GALVÃO, Alline Lopes; TAVARES, Camila; COSTA, Diva de Fátima. **MANUAL DE BOAS PRÁTICAS DO MANIPULADOR DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR.**2012. 17 f. Tese (Doutorado) - Curso de Nutrição, Secretaria de Estado de Educação, Cultura e Esporte, Goiás, 2012. Cap. 15. Disponível em: <http://portal.seduc.go.gov.br/Paginas/Merenda/Documentos/Manual\_de\_Boas\_Praticas.pdf>. Acesso em: 08 Ago. 2018.

ISOSAK, Mitsue; SILVA, Ana Paula Alves da; ALMEIDA, Elisabete. **“Meu Pratinho Saudáve”.**2012. 24 f. Tese (Doutorado) - Curso de Nutrição, Serviços de Nutrição e Dietética, Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo, São Paulo, 2012. Disponível em: <http://www.cookie.com.br/site/wp-content/uploads/2015/09/Meu\_Pratinho\_Saudavel\_Incor.pdf>. Acesso em: 04 Ago. 2018.

JANUARIO MONTONE, Januario et al. **MANUAL DE BOAS PRATICAS DE MANIPULAÇÃO DE ALIMENTOS**. São Paulo, 2012. 66 p. Disponível em: <http://www.paulinia.sp.gov.br/downloads/ss/Cartilha\_manual\_de\_boas\_praticas\_maipulacao\_alimentos\_final.pdf>. Acesso em: 10 Ago. 2018.

AMORIM, Júlia Ramia Bonduki; JANUARIO, Audicéia de Fátima. **Manual de Orientações Sobre Restrições Alimentares**: Programa Municipal de Alimentação Escolar. 2016. 13 f. Tese (Doutorado) - Curso de Nutrição, Campinas, 2016. Disponível em: <http://www.ceasacampinas.com.br/ae/principal/baixa.php?file=manual\_restricoes\_alimentares&tipo=pdf>. Acesso em: 10 Ago. 2018.

LINHARES, Francisca Michelli Medeiros et al. **Obesidade infantil: influência dos pais sobre a alimentação e estilo de vida dos filhos.** 2016. 16 v. Tese (Doutorado) - Curso de Nutrição, João Pessoa, 2016. Disponível em: <http://temasemsaude.com/wp-content/uploads/2016/08/16226.pdf>. Acesso em: 05 Ago. 2018.

MARTINS, Beatriz Tenuta; BASÍLIO, Márcia Cristina; SILVA, Marco Aurélio. **Nutrição Aplicada E Alimentação Saudável:** Higiene e Segurança Alimentar. São Paulo: Senac São Paulo, 2014. 155 p.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **PARA CRIANÇAS DE 0 A MENOS DE 5 ANOS(REFERÊNCIA: OMS 2006).** [S.l.: s.n.], 2006. 1-2 p. Disponível em: <http://nutricao.saude.gov.br/docs/geral/sisvan\_norma\_tecnica\_criancas.pdf>. Acesso em: 10 Ago. 2018.

OLIVEIRA, Maria Nilka; SAMPAIO, Thereza Maria Tavares; COSTA, Eveline Alencar. **EDUCAÇÃO NUTRICIONAL DE PRÉ-ESCOLARES– UM ESTUDO DE CASO**. 2014. 93 f. Tese (Doutorado) - Curso de Nutrição, 2014. Disponível em: <http://www.seer.ufv.br/seer/oikos/index.php/httpwwwseerufvbrseeroikos/article/viewFile/161/187>. Acesso em: 04 Ago. 2018.

ROCHA, Rejane Pinheiro. **ESTADO NUTRICIONAL DE CRIANÇAS NO PRIMEIRO ANO DE VIDA DO MUNICÍPIO DA VITÓRIA DE SANTO ANTÃO**, PERNAMBUCO. 2015. 19 f. Monografia (Especialização) - Curso de Nutrição, Universidade Federal de Pernambuco, Vitória de Santo Antão, 2015. Disponível em: <http://www.bdtd.ufpe.br/bitstream/handle/123456789/15054/DISSERTAÇÃO REJANE P. ROCHA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 10 Ago. 2018.

STEFANELLO, Rosina; PENIDO, Lizia Soares; MARQUES, LaydeEmilia Costa. **Manual de Procedimentos das Boas Práticas para o Serviço de Alimentação e Nutrição Escolar**. 2014. 49 f. Tese (Doutorado) - Curso de Nutrição, Secretaria de Estado de Educação de Mato Grosso, Cuiabá, 2014. Disponível em: <http://www.seduc.mt.gov.br/Documents/MANUAL DE BOAS PRÁTICAS.pdf>. Acesso em: 07 Ago. 2018.

TEIXEIRA, Camilla da Silva Farias; SARON, Margareth Lopes Galvão. **Prevalência de Sinais e/ou Sintomas Sugestivos de Alergia Látex-Fruta em Profissionais da Área de Enfermagem em um Hospital de Barra do Piraí-RJ**. 2013. 109 f. TCC (Graduação) - Curso de Nutrição, Universitário de Volta Redonda, Rio de Janeiro, 2013. Disponível em: <http://revistas.unifoa.edu.br/index.php/cadernos/article/view/1241/1126>. Acesso em: 10 Ago. 2018.

VILARTA, Roberto et al. **Alimentação Saudável, Atividade Física e Qualidade de Vida.** CAMPINAS, IPES, 2007. 43 p. Disponível em: <http://file:///C:/Users/Isaias/Downloads/Alimenta%C3%A7%C3%A3osaud%C3%A1velatividadef%C3%ADsicaequalidadedevida.pdf>. Acesso em: 05 Ago. 2018.

# ANEXOS

